

Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2018/2019 - Mallorca

FORMACION PROFESIONAL DE QI GONG CURSO 2018/2019

SEDE: MALLORCA

Seminario 1: QI GONG, ANATOMÍA SUTIL Y FISIOLÓGÍA ENERGÉTICA

➤ **Lugar y fechas:**

- Mallorca: 14, 15 y 16 de septiembre del 2018.

➤ **Introducción:**

Una parte importante del conocimiento básico para cualquier profesor de Qi Gong cualificado debería ser una buena comprensión del cuerpo energético y, en particular, del sistema de canales. En estos tiempos en los que el acceso a cualquier tipo de información es prácticamente instantáneo, la adquisición de conocimientos a nivel intelectual parece haber convertido el aprendizaje experimental en algo bastante escaso. Un claro ejemplo es el estudio actual de la medicina china, en el que mayoritariamente se adquiere el conocimiento teórico de trayectos y puntos de meridianos para aplicar posteriormente sobre el paciente durante la práctica clínica, sin contemplar la posibilidad del estudio del sistema de canales mediante una exploración experiencial utilizando la autoconciencia enfocada, como se hacía en la antigüedad.

Si bien este tipo de aprendizaje se encuentra entre la práctica interna y la medicina china, en el presente seminario se restringirá la información a lo estrictamente necesario para comprender el cuerpo energético y cómo está formado, explorando las energías espirituales de los cinco elementos, patrones vibratorios que forman la base de la compleja red de trayectos energéticos que nos conecta con el cosmos, mediante prácticas guiadas que utilizan el cuerpo, la respiración y la conciencia para trabajar directamente con la fuerza vital.

Aunque este seminario no requiere conocimientos previos, se recomienda tener cierta experiencia en el trabajo con la energía para sacarle mayor provecho. Puede cursarse sin tener que comprometerse al programa de formación. Se entregará documentación con los contenidos esenciales.



Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2018/2019 - Mallorca

➤ Teoría y práctica:

- Introducción general al sistema Jing Luo: Tipos de meridianos y puntos.
- Zang-Fu: Funciones, atributos espirituales y manifestaciones físicas.
- Energías externas y factores patógenos: Fluctuaciones del Cielo y la Tierra.
- Cualidades del flujo del Qi.
- El Pilar Celestial (Tian Shu): Espacios vertebrales y curvaturas espinales.
- Desbloquear el cuerpo físico: apertura de articulaciones (Qi Men), caderas (Kua) y estiramientos de fascias y tejido conectivo.
- Despertar el cuerpo energético: agitar el Qi y activar el Dan Tian inferior.
- Enfocar la mente: modular la respiración y la intención para entrar en los meridianos principales.

Seminario 2: ZHI NENG QI GONG - NIVEL 1 (PENG QI GUAN DING FA)

➤ Lugar y fechas:

- Mallorca: 9, 10 y 11 de noviembre del 2018.

➤ Introducción:

De entre los aproximadamente 3.000 estilos de Qi Gong catalogados en China, Zhi Neng Qi Gong demostró ser el más efectivo en el campo de la salud en un estudio científico llevado a cabo entre las décadas de 1980 y 1990. Fue creado por el doctor Pang Ming, célebre tanto por sus espectaculares curaciones multitudinarias con emisión de energía como por ser el fundador del mayor hospital sin medicinas del mundo: el Centro de Recuperación Huaxia en Qinhuangdao, donde se trataron, hasta su clausura, más de 300.000 personas sin el uso de ningún tipo de medicamentos, con una tasa de eficacia del 95% en enfermedades que van desde el cáncer a la esclerosis múltiple y la diabetes. Zhi Neng Qi Gong, o "cultivo de la energía inteligente", es un método que combina la antigua sabiduría china del cultivo interno y los conocimientos de la ciencia moderna del cuerpo y la mente. Estructurado en seis niveles, de los que aún sólo se han hecho públicos tres, Peng Qi Guan Ding Fa ("Tomar el Qi y verterlo por la cabeza") es el

Página | 2



INSTITUTO INTERNACIONAL DE QI GONG

www.iiqg.com
contacto@iiqg.com
+34 697 433 575

Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2018/2019 - Mallorca

primero de ellos y una práctica muy efectiva para mejorar la salud y prevenir de enfermedades nutriendo el cuerpo con la energía vital universal.

En esta serie aprenderemos a unificar la mente con el Qi y dirigir el Qi con la mente a través de los movimientos de "abrir y cerrar" y la visualización mental, e intercambiar la energía del cuerpo con el cosmos. Es un excelente método para recolectar el Qi de naturaleza. A través de una práctica regular, se desarrolla la habilidad de administrar Qi externo para tratar pacientes.

El nivel 1 se complementa con varios ejercicios auxiliares, de los que destaca una postura estática llamada San Xin Ping Zhan Zhuang ("Fusión de los Tres Centros"), fundamental en el trabajo del Zhi Neng Qi Gong, pues forma el puente esencial entre el trabajo del Qi externo y el Qi interno; un método para captar el Qi universal y dirigirlo hasta el interior del cuerpo.

➤ **Teoría y práctica:**

- Generalidad Zhi Neng Qi Gong.
- Zu Chang Fa: Método de las ocho frases para organizar el campo de Qi.
- La Qi: extraer el Qi.
- Peng Qi Guan Ding Fa (primer nivel de Zhi Neng Qi Gong): corrección y efectos de los movimientos, enfoque de la atención y niveles de práctica.
- San Xin Ping Zhan Zhuang: Fusión de los Tres Centros en posición erecta.
- Chen Qi: estirar el Qi.
- Dun Qiang Fa: sentadillas de pared.

Seminarios 3 y 4: ZHI NENG QI GONG - NIVEL 2 (XING SHEN ZHUANG)

➤ **Lugar y fechas:**

- Mallorca:
 - Parte 1: 1, 2 y 3 de febrero del 2019.
 - Parte 2: 15, 16 y 17 de marzo del 2019.

➤ **Introducción:**

Este nivel se enfoca en la unión del físico y de la mente (Xing Shen Zhuang). Es una práctica que insiste mucho en el trabajo físico para abrir las articulaciones y favorecer la



Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2018/2019 - Mallorca

libre circulación de la energía en la red de los meridianos. El nivel I nos permite mejorar los intercambios de energía entre el interior y el exterior del cuerpo y gracias a la práctica del nivel II, podemos potencializar estos intercambios y ser más receptivos a ellos. Este método de unión del físico y de la mente es un fantástico entrenamiento de la forma física y desarrolla un entendimiento general del funcionamiento del cuerpo.

Una serie que se compone de 10 partes en las que se trabaja la flexibilidad y apertura de nuestras articulaciones, ligamentos y tendones.

Zhi Neng Qi Gong nivel II finaliza con un auto masaje "Xun Jing Dao Yin Fa" un método para dispersar el Qi por los meridianos y colaterales. Permitiendo así que los tejidos se fusionen entre sí.

Una práctica aconsejada para todos los que desean profundizar en el sistema Zhi Neng Qi Gong y reforzar tanto su condición física como desarrollar habilidades "extraordinarias" (inteligencia extraordinaria = percepción, sensibilidad, intuición, sabiduría...).

También se recomienda a todos los practicantes de artes marciales, deportistas y a todos que desean optimizar su resistencia, aumentar su capacidad de recuperación y prevenir de lesiones. Una práctica muy transformadora.

➤ **Teoría:**

- Historia del Zhi Neng Qi Gong.
- El enfoque mental en el nivel 2.
- Disección de cada movimiento y sus beneficios.
- Fases de la práctica: corrección del movimiento, enfoque del Shen y sus aplicaciones terapéuticas.
- Automasaje.

➤ **Práctica:**

- Serie completa Xing Shen Zhuang.
- Auto masaje de los colaterales – Xun Jing Dao Yin Fa.



Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2018/2019 - Mallorca

Seminario 5: QI GONG MISTERIOSO DE LA OSA MAYOR – NIVEL 1

➤ **Lugar y fecha:**

- Mallorca: 17, 18 y 19 de mayo de 2019.

➤ **Contenido:**

"El Qi Gong Misterioso de la Osa Mayor ha sido creado para entrar en relación con el Sol, la Luna y las Estrellas y estar en armonía con sus movimientos. El Cielo, la Tierra y los 10.000 seres son elementos en perpetuo movimiento. La Estrella Polar es considerada como inmóvil. La Osa Mayor realiza una rotación que tiene por pivote la Estrella Polar. Así todos los movimientos de los 10.000 seres dependen del conjunto estelar formado por la Estrella Polar y la Osa Mayor: la Tierra, los seres vivos, las deidades y el resto del Universo giran alrededor de este eje. La Estrella Polar y la Osa Mayor constituyen, por lo tanto, el centro del Universo. La Rotación de la Tierra permite el transcurso de los días, de las temporadas, de los doce meses.

La práctica de este Qi Gong permite a los meridianos abrirse y tener una buena circulación energética, lo que permite entrar en relación con la Naturaleza y los 10.000 seres. Más tarde permite comunicar con la energía divina "Dong Ling" (proceso secreto que permite utilizar la potencia de la Naturaleza). Es a través del misterio que se puede percibir el Ling y el Tao. Ling no se puede explicar con palabras; sólo se puede sentir a través de la práctica."

Maestro Wang Ming Quan

El maestro Wang Ming Quan, «transmisión brillante», es abad del templo Qingxia y secretario de la Asociación Taoísta de Yunnan. Originario de Weibaoshan, una de las catorce montañas sagradas taoístas, representa la 13ª generación de la escuela Wu Ji, el linaje de transmisión del Bei Dou Xuan Gong.

Jean-Luc Riehm y Pere Muñoz son estudiantes discípulos del Maestro Wang.

Este Qi Gong se practica frente al Este y se organiza en cuatro niveles. Los dos primeros permiten conectarse con el Sol, la Luna, las Estrellas, la Osa Mayor y los elementos de la naturaleza para construir un nivel alquímico que nos permita aumentar las vibraciones



Formación Profesional de Qi Gong Terapéutico y Yang Sheng

Programación iiQG curso 2018/2019 - Mallorca

del cuerpo sutil y aumentar nuestras percepciones, así como la intuición. Los otros dos niveles permiten entrar en contacto con el mundo misterioso, lo invisible.

La práctica se completa con la alquimia interna, que sucede durante la meditación que se realiza de noche. *"En la mañana recibimos las energías ascendentes y en la noche trabajamos lo que hemos recogido"*.

Seminario 6. REPASO Y EXAMEN ANUAL TEÓRICO Y PRÁCTICO.

El **28, 29 y 30 de Junio de 2019**, tendrá lugar el encuentro anual de todas las sedes para hacer un repaso general teórico y práctico de los conocimientos adquiridos durante el curso, el objetivo de este seminario es observar si los fundamentos del Qi Gong están asentados y detectar si las técnicas están bien ejecutadas. Los profesores guiarán a los alumnos aportando las herramientas necesarias para reforzar su aprendizaje.

La sede del encuentro aún está por determinar y se publicará más adelante, una vez comenzado el año formativo.

➤ **Contenido:**

- Evaluación teórica sobre los conocimientos asimilados durante el curso.
- Evaluación práctica: Evaluación técnica y pedagógica de las series aprendidas durante la formación.
- Repaso general y clases especiales para asentar fundamentos, con el objetivo de seguir ejercitando el desarrollo físico, mental y espiritual.

